年に一度の特定健診が未来の自分を守ります

特定健康診査（特定健診）は、糖尿病や高血圧症、脂質異常症をはじめとする生活習慣病の兆候がわかります。生活習慣病は自覚症状がないまま進むため、健診を受けていない間に進行してしまうことがあります。特定健診を実施している市内の医療機関であればどこでも受診可能で、検査は約１時間程度です。今年度まだ受診されていない人は受診計画を立てましょう。

問 西区 健康福祉課 健康増進担当（☎025-264-7433）

【特定健診の対象者】
・40歳以上の新潟市国民健康保険加入者
・新潟県後期高齢者医療制度加入者　・生活保護受給者
※社会保険加入者の特定健診は加入している保険者が実施しますので、加入先の保険者へお問い合わせください。

【特定健診の主な内容】
血液検査　血圧測定　尿検査　身体測定　診察・問診

特定健診の受け方

STEP1 【受診する医療機関を選び、予約をする】
・受診できる医療機関は『検診いっ得』内の委託医療機関一覧表をご覧ください。

STEP2 【健診を受ける】
・受診の際は、受診券、質問票、マイナ保険証または資格確認書、自己負担金を忘れずにお持ちください。

STEP3 【結果説明を受ける】
・受診した医療機関等で健診結果を確認してください。

STEP4 【保健指導を受ける】
・特定保健指導の対象になった人には、保健師や管理栄養士等が生活習慣の改善を支援します。また、対象とならない場合でも、ご相談を希望される場合は、健康相談をご利用ください。

認知症予防セミナーに行こう！

今年度のセミナーは残すところあと2回となりました。ぜひこの機会にご自身・ご家族などのために認知症について学んでみませんか？

問 西区 健康福祉課 健康増進担当（☎025-264-7433）

日 下表の開催日で、午後2時～3時30分
場 新潟脳外科病院（山田3057）
内 認知症治療に関わる医師など専門職による認知症予防のための講座
人 どなたでも 各回先着20人
申 電話で同病院
（☎025-231-5125、受付時間は平日午後2時30分～4時）

開催日	テーマ
11月24日（火）	加齢による脳の変化
	まわりの人が認知症になったら
12月8日（火）	認知症予防のためにできること
	知って安心！介護保険と地域の支援



能登半島地震 街区単位の液状化対策事業 天野地区で実施している試験施工の１か月経過報告会

本市が液状化対策として採用する『地下水位低下工法』の安全度や施工性、効果の確実性を確認することを目的に、江南区天野地区で実際の工事と同じ工法で試験施工を実施しています。
報告会では観測開始から１カ月間の地下水位の低下量や周辺地盤への影響の有無などについて報告します。

日 11月23日（祝）午後３時30分から１時間程度
場 曽野木地区公民館（直接会場へお越しください。）
問 都市政策部 都市計画課（☎025-226-2683）

西区の全小・中学校で『西区産コシヒカリ給食』を実施しています。

新米の季節！

問 西区 農政商工課 食と産業振興室（☎025-264-7630）

『西区産コシヒカリ給食』は、地場産農産物の利用拡大と地産地消、食育の推進を図るため令和５年11月から（中学校は令和８年４月から）実施している西区独自の取り組みです。
通常、給食で使用している新潟市産こしいぶきに代えて、西区産のコシヒカリを月に１回（８月を除く）給食で提供しています。また、12月からは新米のコシヒカリになります。



HEALTH & WELFARE 健康と福祉

事業実施について日程などに変更が生じた場合は、西区役所ホームページや西区役所公式エックス、にしっこはぐくみLINKなどでお知らせします。

妊婦歯科健診

12月	受付時間	会場	定員（先着）
9日（水）	午後１時～１時30分	坂井輪健康センター	18人
	午後１時30分～２時		17人
	午後２時～２時30分		10人

持 母子健康手帳、妊婦歯科健診受診票
申 実施日の２日前までに市ホームページ（右の二次元コード）内の申し込みフォームから申し込み

健康相談

健診結果がある人はお持ちください。

12月	時　間	会　場	問い合わせ・申し込み
17日（木）	午前９時30分～11時30分 午後１時30分～３時30分	坂井輪健康センター 要申し込み	西区健康福祉課 地域保健福祉担当 ☎ 025-264-7453
22日（火）	午前９時30分～11時30分	西地域保健福祉センター 要申し込み	西地域保健福祉センター ☎ 025-264-7731
24日（木）	午前９時30分～11時30分	黒埼健康センター 要申し込み	黒埼地域保健福祉センター ☎ 025-264-7474

乳幼児に関する育児相談

●は栄養相談　★は歯科相談あり
持 母子健康手帳、バスタオル
申 市ホームページ（下記二次元コード）内の申し込みフォームから申し込み

12月	時　間	定　員（先着）	会　場	申込開始日	新潟市ホームページ
8日（火）	午後１時30分～３時●★	20人	西地域保健福祉センター	11月10日（火）	
16日（水）	午前９時30分～11時●★	42人	坂井輪健康センター	11月18日（水）	

さかいわじどうかん

開館時間　午前９時～午後５時
（清掃時間中は利用制限あり）

11・12月の休館日・利用できない時間
毎週月曜の終日（祝日の場合、翌日休館）、11月26日（木）および12月6日（日）の午前９時～正午
問 ☎025-269-3154
清掃時間など、坂井輪児童館の詳細は、区ホームページ（右の二次元コード）をご覧ください。

これからのイベント
●は直接会場へ、★は要申込

●チャレンジ工作
日 ①11月17日（火）～29日（日）
②12月1日（火）～15日（火）
受付時間午前９時～11時15分、午後１時30分～４時15分
内 ①バスケットボール
②ダンシングサンタ

●身体測定
日 11月20日（金）午前９時～正午
内 身体測定、自由遊び（身体測定は10時30分～11時30分）
人 乳幼児とその保護者
持 バスタオル、おむつ

★ からふるエプロンさんによる人形劇
日 12月６日（日）午前10時30分～11時30分
内 お話は当日までのお楽しみ
人 幼児とその保護者、小学生（保護者の参加も可）先着20組
申 11月20日（金）～30日（月）に上記ホームページから申し込み

★ タッチケアと産後ママのストレッチ
日 12月８日（火）午前10時30分～11時30分
講 佐藤 麻美（ベビーマッサージ、ベビーヨガインストラクター）
人 生後２か月～歩き始め前までの乳児とその保護者 先着15組
※初めて参加される人に限ります
申 11月20日（金）～12月１日（火）に上記ホームページから申し込み

日＝日時　場＝会場　内＝内容　講＝講師　人＝対象・定員　持＝持ち物　¥＝参加費（記載のないものは無料）　申＝申し込み　問＝問い合わせ

窓口受付時間は、午前９時～午後４時30分（公民館や図書館などの一部施設を除きます）